

Diet and exercise in the treatment of obesity

Citation for published version (APA):

van Dale, D. (1989). *Diet and exercise in the treatment of obesity*. [Doctoral Thesis, Maastricht University]. Rijksuniversiteit Limburg. <https://doi.org/10.26481/dis.19890512dd>

Document status and date:

Published: 01/01/1989

DOI:

[10.26481/dis.19890512dd](https://doi.org/10.26481/dis.19890512dd)

Document Version:

Publisher's PDF, also known as Version of record

Please check the document version of this publication:

- A submitted manuscript is the version of the article upon submission and before peer-review. There can be important differences between the submitted version and the official published version of record. People interested in the research are advised to contact the author for the final version of the publication, or visit the DOI to the publisher's website.
- The final author version and the galley proof are versions of the publication after peer review.
- The final published version features the final layout of the paper including the volume, issue and page numbers.

[Link to publication](#)

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal.

If the publication is distributed under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license above, please follow below link for the End User Agreement:

www.umlib.nl/taverne-license

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us at:

repository@maastrichtuniversity.nl

providing details and we will investigate your claim.

Stellingen behorend bij het proefschrift 'Diet and Exercise in the treatment of Obesity'.

1. Regelmatige aerobe lichamelijke activiteit heeft een positieve invloed op het behoud van het verkregen gewichtsverlies na een vermageringsperiode.

Dit proefschrift

2. Op korte termijn (2 à 3 maanden) heeft regelmatige sportbeoefening geen effect op de daling van de ruststofwisseling tijdens een streng energie beperkt dieet.

Dit proefschrift

3. Ten aanzien van fysiologische kenmerken zijn obesen in verschillende types onder te verdelen. Voor het verkrijgen van eenduidige resultaten in het obesitasonderzoek, dient men de obese personen per subgroep te bestuderen.
4. Het voortdurend afvallen en aankomen (jojo-effekt) leidt niet tot een extra efficiënt energieverbruik tijdens een vermageringsperiode.

Dit proefschrift

5. Bij kinderen leidt het aanleren van een algemeen actief gedragspatroon uiteindelijk tot meer gewichtsverlies en behoud van dat gewichtsverlies dan regelmatige sportbeoefening.
Epstein LH, Wing RR, Koeske R, Ossip D, Beck S. A comparison of lifestyle change and programmed aerobic exercise on weight change and fitness changes in obese children. Behav Therap 1982;13:651-65.
6. Gezien de teleurstellende lange termijn resultaten van het behoud van gewichtsverlies is er reden om aan te nemen dat het lichaam een biologisch ideaal, een vastgesteld setpoint voor gewicht, bezit.
Keeseey RE. A set-point analysis of the regulation of body weight. In: Obesity. Stunkard AJ (ed), Philadelphia, WB Saunders, 1980. p. 144-165.
7. Betere lange termijn resultaten ten aanzien van het behoud van gewichtsverlies zullen verkregen worden als bèta- en gamma-wetenschappers intensiever met elkaar zouden samenwerken.

8. Het invoeren van bedrijfsfitness en pauzegymnastiek leidt tot een hogere arbeidsproductiviteit.
Tomprowski PD, Ellis NR. The effects of exercise on cognitive processes: a review. Psych Bull 1986;99:338-346.
9. Dankzij het in Japan gebezigde bedrijfskundige begrip "Just in time" worden oude begrippen als "net op tijd" en "op het nippertje" weer positief gewaardeerd als de enige juiste instelling ten opzichte van werken.
10. Voor een eerlijke competitie in het internationale vrouwenturnen verdient het aanbeveling lengte klassen in te voeren.
11. Veel van de waarde van wetenschappelijk onderzoek gaat verloren door inadequate presentatie. Een verbeterde vormgeving zal de verspreiding van wetenschappelijke kennis gunstig beïnvloeden.
12. In de huidige consumptiemaatschappij betekent koopkrachtverbetering een aanslag op het milieu.
13. Economisch handelen betekent zo min mogelijk doen om zoveel mogelijk te verwerven. Vanuit dit gezichtspunt bezien handelt een A.I.O. niet bepaald economisch.

Maastricht, 12 mei 1989